

MEMO 'Preventie roken en vpen- Inzet GGD Haaglanden'

1. Inleiding

Gezien de zorgwekkende cijfers over roken en toename in het gebruik van vapes bij jongeren is het cruciaal om met een effectieve en gerichte aanpak het aantal rokers en vapers terug te dringen en te voorkomen dat jongeren gaan roken en vpen. Bijna 40% van de jongeren die maandelijks vpen, weet niet óf en hoeveel nicotine er in hun vpen zit. Daarnaast geeft twee-derde aan zich niet verslaafd te voelen (Trimbos, 20 maart 2025). Het is dan ook een belangrijke taak voor de overheid om jongeren hiertegen te beschermen.

2. Cijfers vpen- roken regio Haaglanden

Recentelijk is het gebruik van vapes onder jongeren (op steeds jongere leeftijd) in Nederland sterk gegroeid. In 2023 had 25 procent van de jongeren tussen de 12 en 18 jaar in regio Haaglanden ooit een vape gebruikt en 7 procent van de jongeren wekelijks (bron: [Gezondheidsmonitor Jeugd 2023](#)). Onder deze groep komt vpen inmiddels vaker voor dan het alleen roken van sigaretten. 15 procent van de jongvolwassenen (16-25 jaar) rookt en/of vapet dagelijks (Bron: [Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2024](#)).

3. Gezondheidsschade door nicotine

Over de risico's van vpen wordt steeds meer duidelijk, het leidt namelijk gemakkelijk tot het roken van sigaretten. Over de langetermijneffecten van vapes is nog niet veel bekend. Sigaretten, vapes en snus bevatten alle 3 nicotine, maar elk product bevat ook andere bestanddelen die schadelijk zijn voor de gezondheid. Door nicotine versnelt de hartslag en vernauwen de bloedvaten. Nicotinegebruik op jonge leeftijd is schadelijk op de lange termijn. Het zorgt voor een verstoorde aanleg van verbindingen in de hersenen. Ook geeft het meer kans op concentratieproblemen of het ontwikkelen van depressie.

4. Interventies ingezet met ondersteuning GGD Haaglanden

De interventies die GGD Haaglanden in diverse gemeenten inzet zijn: Helder op School, de Smokefree Challenge, Gezonde School, project Rookvrije omgeving en Stoptober.

5. Voorbeeld Zoetermeer: campagne en werkgroep vpen

In Zoetermeer loopt een campagne preventie Middelen - genotmiddelengebruik jongeren 12 tot 18 jaar over 3 sporen Onderwijs, Ouders en Vrije Tijd; periode 2024-medio 2025. Aanleiding is een aangenomen de motie nov. 2023 specifiek over preventie van Vpen.

In Zoetermeer is een werkgroep over Vpen opgezet onder leiding van de gemeente Zoetermeer waarin meerdere partners aan deelnemen en actief zijn t.b.v. uitvoering van de preventiecampagne waarbij GGD Haaglanden proactief werkt aan *Verbinden* (betrekken scholen en combineren met Gezonde School, *interventie Helder op School* promoten, aanvullende activiteiten zoals educatief theater organiseren en *Adviseren* (o.a. over bereiken van ouders) en *Kennis*; veel in samenwerking met Indigo.

Bijlage

Ad 1: Inleiding- Actualiteit

- Het kabinet bepleit een strengere aanpak illegale handel vapes 'onder toonbank' en online <https://nos.nl/l/2559250>
- Op 12 maart jl. is een landelijk Actieplan tegen vpen door staatssecretaris Karremans in Den Haag gelanceerd <https://open.overheid.nl/documenten/92988110-e91d-49db-aaee-bcbfd08c5fd5/file>
- Epidemiologisch Bulletin van december 2024 over nicotinehoudende middelen onder jongeren in Den Haag [Preventie blijft nodig - Epidemiologisch bulletin #4-2024](#) benadrukt ook de noodzaak van preventieve maatregelen en voorlichting.
- Gemeenten gaan in 2025 aan de slag met voorbereidend werk voor een nieuwe nota Volksgezondheid waar het GGD-advies is om roken op te nemen i.r.t. de Rookvrije Generatie en integraal aandacht te hebben voor genotmiddelen preventie.

Ad 2: Toelichting op cijfers

De Gezondheidsmonitor Jeugd en Jongvolwassenen laten zien dat van de 12-18 jarigen in regio Haaglanden 16 procent in 2023 ooit een sigaret gerookt heeft, 25 procent heeft ooit een vape gebruikt. 3 procent rookt dagelijks en 5 procent vapet dagelijks. Van de 16-25 jarigen is dit 36 procent dat ooit gerookt heeft en 25 procent dat ooit gevapet heeft. 12 procent rookt dagelijks en 4 procent vapet dagelijks. Het percentage jongeren en jongvolwassenen dat rookt en vapet is de afgelopen jaren toegenomen. Landelijk is het percentage wekelijkse vapers onder de jeugd tussen 2019 en 2023 gestegen van 2 naar 9 procent en wekelijkse rokers van 4 naar 6 procent. Onder de 16-25 jarigen in Haaglanden is het percentage wekelijkse rokers tussen 2022 en 2024 gestegen van 16 naar 19 procent (Bron: [Gezondheidsmonitor Jeugd 2023 en Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2024](#) en [Gezondheid van jongeren blijft kwetsbaar - GGD GHOR Nederland](#)).

Ander onderzoek (landelijk) laat zien dat van de jongvolwassenen die maandelijks een vape gebruikt, 69 procent ook maandelijks sigaretten rookt (Bron: [Nationaal Expertisecentrum Tabaksonthouding, 2023](#)) Dit laat zien dat roken en vpen bij jongeren juist samengaat en elkaar niet uitsluit, zoals eerder werd gedacht. Uit de Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2024 wordt ook duidelijk dat in regio Haaglanden met name vrouwen en 16-17 jarigen vpen, en mannen en 18-25 jarigen roken.

Ad 3: Toelichting op sigaretten, vapes en snus

Nicotine is schadelijk voor het lichaam en heel verslavend. Door te veel nicotine kan iemand een nicotinevergiftiging krijgen, misselijk worden, overgeven, flauwvallen, maar ook in coma raken of in extreme gevallen zelfs overlijden. Een toelichting op de cijfers (2) en sigaretten, vapes en snus (3) is opgenomen in de [bijlage](#) achteraan dit document.

Het Trimbos-instituut ziet dat een groot deel van de jongeren zowel vapet als rookt. Deze combinatie vergroot de schadelijke effecten op de gezondheid, onder andere door een verhoogde blootstelling aan giftige stoffen. Zogenaamde dubbelgebruikers kunnen aan grotere hoeveelheden nicotine worden blootgesteld dan tabaksrokers. Verschillende onderzoeken laten zien dat het aandeel jongeren dat vapet bijna net zo groot is als het aandeel jongeren dat rookt. Daarnaast zijn er aanwijzingen dat het gebruik van vapes kan leiden tot het roken van sigaretten, m.n. onder jongeren. Meerroken kent eveneens schadelijke effecten. [Is meerroken slecht voor mijn gezondheid? | Rijksoverheid.nl](#) en [TRIAF1356-Factsheet-meerroken-update-2024.pdf](#)

- **Sigaretten** Het roken van tabak is de belangrijkste leefstijlfactor waardoor mensen ziek worden of overlijden. Roken kan schade aanrichten aan bijna alle organen in het lichaam. Het vergroot de kans op verschillende vormen van kanker en het risico op hart- en vaatziekten.
- **Vapes** Over de risico's van vpen wordt steeds meer duidelijk. Een nieuw Amerikaans onderzoek laat zien dat er bij vpen giftige metalen vrijkomen die schadelijk zijn voor hersenen en

organen. Vapen wordt gezien als mogelijke opstap naar tabaksverslaving en roken. In sommige vloeistoffen voor vapes zitten nicotinezouten. Dit zorgt voor een minder scherpe en bittere smaak dan gewone nicotine. Hierdoor kunnen gemakkelijker grote hoeveelheden nicotine worden geïnhaled. Deze zouten worden ook sneller opgenomen in het lichaam, wat de verslavende werking versterkt. Over de langetermijneffecten van vapes is nog niet veel bekend.

- **Snus** Snus zijn kleine zakjes met poeder dat nicotine, vulstof en smaakstoffen bevat. Bij snus komen geen verbrandingsproducten vrij, maar de schadelijke werking van nicotine blijft. Tabaksproducten die oraal worden gebruikt, zoals snus en pruimtabak, geven ook een verhoogd risico op bepaalde vormen van kanker, vooral in de mondholte. Van nicotinezakjes is nog niet bekend of ze kankerverwekkend zijn, omdat er nog geen onderzoek is gedaan naar langetermijneffecten.

Ad 4: Interventies ingezet door GGD Haaglanden

- Helder op School is een goed onderbouwde interventie van Trimbos waarbij er aandacht wordt besteed aan genotmiddelenpreventie waaronder roken, in het onderwijs. Mentoren in Den Haag en regio gemeenten worden getraind door Indigo en Brijder, gericht op het geven van interactieve lessen aan VO-leerlingen en ouderbetrokkenheid. GGD Haaglanden heeft een verbindende rol.
- De Smokefree Challenge is een Gezonde School activiteit waarbij klassen in de vorm van een competitie afspreken om niet te roken en/of te vaperen gedurende een bepaalde periode. Deze activiteit kan de sociale norm over vaperen tegengaan. Scholen die willen inzetten op roken/vapen worden hierover geadviseerd.
- Stoptober is een wetenschappelijk onderbouwd en bewezen effectieve methode die mensen ondersteunt in het stoppen met roken. Vanaf 1 oktober kunnen mensen in 28 dagen een stoppoging doen. De GGD Haaglanden zet ieder jaar de landelijke campagne Stoptober uit bij huisartsen, welzijn, apotheken, bibliotheken, fysiotherapeuten en sportlocaties in Haaglanden. Daarnaast wordt er digitaal over gepost en wordt er verwezen naar StoppenMetRoken-mogelijkheden. Programma Gezonde School. GGD Haaglanden ondersteunt scholen in alle 9 gemeenten en helpt bij het vanzelfsprekend maken van een gezonde leefstijl voor leerlingen en studenten. Scholen kunnen zelf een thema kiezen waar zij mee aan de slag willen. Roken is onderdeel van een van de thema's.
- Rookvrije omgeving. Met alle gemeenten werkt GGD Haaglanden aan een rookvrije omgeving (binnen en buiten). GGD Haaglanden stimuleert organisaties in de regio bij te dragen aan een rookvrije omgeving met advies en o.a. materialen voor het zichtbaar rookvrij maken van de omgeving. Hierbij volgen we de levensloop vanaf verloskundige praktijken, CJG-locaties, Kinderopvang, Speeltuinen, Kinderboerderijen, Scouting, Sportverenigingen, Scholen, Gezondheidsinstellingen, Buurthuizen, Gemeentekantoren, Zwembaden.

Overige interventies: Gastlessen: Er is een groep artsen actief om onder Vapen #jouwkeuze gastlessen te verzorgen over de gezondheidsrisico's van vaperen. Dit gebeurt op verschillende scholen en vragen scholen zelf aan. GGD Haaglanden is geen voorstander van 'losse lessen' en ziet voorlichting bij voorkeur ingebed in een brede kader (planmatig en structureel).

Ad 5: Voorbeeld Den Haag: Werkgroep Vapen en project 'Terugdringen middelengebruik jongeren' (nieuwe lokale taak in 2025)

Terugdringen en voorkomen van roken en vaperen door:

- Intensiveren effectieve interventie Helder op School in samenwerking met Indigo Preventie Helder op School is een onderdeel van de Gezonde School, het landelijk initiatief voor verbetering van gezondheid op scholen.
- Bewustwordingscampagne opgezet volgens de community-up aanpak om i.s.m. de doelgroep jongeren te bereiken met materiaal dat met hen is ontwikkeld.

- Steviger inzet op Verloskundigenpraktijken, zowel gericht op het rookvrij maken als het aanbieden van een interventie -ontwikkeld door Trimbos- aan verloskundigen.